

SECONDI PIATTI

Frittata di pomodori

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **8 min** COTTURA: **10 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



La **frittata di pomodori** è una preparazione davvero tanto semplice, economica e soprattutto saporita! Molto conosciuta in Medio Oriente ed è un piatto che ha davvero grandi qualità: estremamente versatile in quanto può subire numerose varianti è veloce e facile, ideale anche per chi è alle prime armi in cucina, è un piatto delizioso che vi verrà in aiuto nei momenti di crisi di tempo, di portafoglio o di creatività in cucina! Se cercate altre idee per fare splendide frittate, vi proponiamo anche quella ai [carciofi](#): buonissima!

INGREDIENTI

UOVA 6

POMODORI 4

PARMIGIANO REGGIANO 3 cucchiaini da tavola

CIPOLLE 1

SALE

PEPE NERO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

1 Per preparare un'ottima frittata di pomodori dovrete come prima cosa lavare e asciugare i pomodorini che dovrete passare per 30 secondi in acqua bollente, dopo aver inciso una croce sul fondo di ciascuno, in questo modo potrete spellarli più facilmente successivamente.

2 Spellate i pomodorini, quindi tagliateli a metà e rimuovete i semi e l'acqua di vegetazione.

Scaldare l'olio extravergine d'oliva in una padella, quindi fatevi appassire la cipolla.

Aggiungete i pomodorini preparati in precedenza solo quando la cipolla risulterà ben appassita e leggermente colorata.

3 Fate asciugare molto bene la preparazione, saranno sufficienti pochi minuti. Regolate di sale.

4 Nel frattempo sbattete le uova insieme al parmigiano grattugiato, sale e pepe.

Aggiungete, quindi, anche i pomodorini spadellati.

5 Fate scaldare un filo d'olio extravergine d'oliva in una padella, quindi versate il composto a base di uova e pomodori. Lasciate cuocere per circa 6 minuti a padella coperta con coperchio.

Girate la frittata una volta aiutandovi con il coperchio stesso nell'operazione.

6 Servite la frittata di pomodori ancora calda ma anche fredda, è ottima sia come secondo che come piccolo antipasto ma è perfetta anche come farcia di panini estivi.

CONSIGLIO